


Heti étlap 2024.06.03. - 2024.06.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
 Reggeli	Középiskolás 15-18 éves	Citromos limonádé Snidlinges sajtkrém Korpás kenyér Uborkával Margarinos Zsemle Sertés párizsival			Poharas tej Margarinos Félbarna kenyér Baracklevárral Margarinos Zsemle Soproni felvágottal Uborkával			Poharas tej Majonézes tonhalkrém Teljes kiőrlésű kenyér Paradicsommal Kenőmájas Zsemle			Narancsos limonádé Margarinos Rozskenyér Sajt szelettel Uborkával Tepertős pogácsa			Puncsos tej Kiflivel Margarinos Korpás kenyér Csemege szalámmal Uborkával		
		Energia: 851.34 Kcal / 3,558.60 KJ			Energia: 940.56 Kcal / 3,931.54 KJ			Energia: 1,025.77 Kcal / 4,287.72 KJ			Energia: 1,137.48 Kcal / 4,754.67 KJ			Energia: 850.92 Kcal / 3,556.85 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		24.69 g	28.20 g	14.27 g	33.99 g	21.26 g	8.93 g	34.46 g	40.00 g	11.97 g	31.19 g	60.08 g	29.73 g	29.93 g	18.98 g	7.97 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
123.65 g	14.39 g	3.03 g	152.55 g	23.09 g	2.20 g	130.70 g	0.00 g	1.09 g	116.88 g	14.53 g	4.93 g	139.47 g	24.43 g	3.55 g		
1,7			1,7,(12)			1,3,4,7,10,(6)			1,7,(3)			1,7				
Vacsora	Középiskolás 15-18 éves	Gyümölcsös tea Margarinos Zsemle Paprikás szalámmal Paprikával			Gyümölcslé Majonézes orozshússaláta Alma			Gyümölcsös tea Natúr szelet Zöldséges rizzsel Káposztasalátával			Gyümölcsös tea Sonkás kenyérlángos			Gyümölcsös tea Margarinos Zsemle Toast felvágottal Paprikával		
		Energia: 494.10 Kcal / 2,065.34 KJ			Energia: 752.78 Kcal / 3,146.62 KJ			Energia: 823.95 Kcal / 3,444.11 KJ			Energia: 586.54 Kcal / 2,451.74 KJ			Energia: 457.93 Kcal / 1,914.15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.81 g	13.98 g	5.28 g	29.70 g	38.43 g	9.01 g	33.30 g	23.73 g	4.65 g	20.40 g	13.68 g	4.89 g	18.93 g	7.66 g	3.03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.96 g	19.99 g	1.04 g	70.43 g	5.11 g	1.92 g	117.85 g	34.98 g	4.19 g	94.77 g	20.69 g	1.92 g	78.06 g	19.99 g	0.69 g		
1,(7)			3,7,10,15,(1),(12)						1,7			1,(7)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Eatrend minőségbiztosítás elérhetősége: minosegbiztositas@eatrend.hu; 20/419-2804

Allergén lista (kód-allergén)

- | | | | | | |
|----------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------|
| 1-glutén | 4-hal | 7-tejtermék,laktóz | 10-mustár | 13-csillagfürt | 16-édesgyökér |
| 2-rák | 5-földimogyoró | 8-diófélék | 11-szezám | 14-puhatestűek | |
| 3-tojás | 6-szója | 9-zeller | 12-kéndioxid-szulfit | 15-mesterséges édesítőszer | |

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető